

Γάλα, Γιαούρτι, Τυρί: Το Ταξίδι του «Λευκού Χρυσού»

Από τη Φάρμα, στο Εργοστάσιο, στο Πιάτο μας



Ποιος μας δίνει το γάλα;



Η Αγελάδα

Είναι μεγάλη και μας δίνει το περισσότερο γάλα. Της αρέσει να τρώει χορτάρι στο λιβάδι.



Το Πρόβατο

Μας δίνει γάλα αλλά και μαλλί για να φτιάχνουμε ζεστά ρούχα.



Η Κατσίκα

Είναι σκανταλιέρα! Σκαρφαλώνει στα βράχια και το γάλα της είναι πολύ δυναμωτικό.

Οι Ειδικοί Επισκέπτες

Δεν παίρνουμε γάλα μόνο από τις αγελάδες!



Το Βουβάλι: Το γάλα του είναι πολύ πλούσιο. Από αυτό φτιάχνουμε νόστιμα γλυκά και βούτυρο.



Το Γαϊδουράκι: Το γάλα του είναι σπάνιο! Το χρησιμοποιούμε για να φτιάξουμε κρέμες και σαπούνια που κάνουν το δέρμα απαλό.

Η Οικογένεια των Βοοειδών: Οι Γονείς



ΤΑΥΡΟΣ

Το ενήλικο αρσενικό.



ΑΓΕΛΑΔΑ

Το θηλυκό που θηλάζει.

Το Μικρό και ο Βοηθός



ΜΟΣΧΑΡΙ

Το νεαρό βοοειδές (αρσενικό
ή θηλυκό)



ΒΟΔΙ

Ευνουχισμένο. Χρησιμοποιείται
για εργασίες και κρέας.

Τα Πρόβατα

Η οικογένεια του προβάτου



Κριός
(Ο Μπαμπάς)



Προβατίνα
(Η Μαμά)

Οι Αίγες & Τα Γίδια

Η οικογένεια της κατσίκας



Τράγος
(Ο Μπαμπάς)



Γίδα
(Η Μαμά)

Βρες το σωστό!

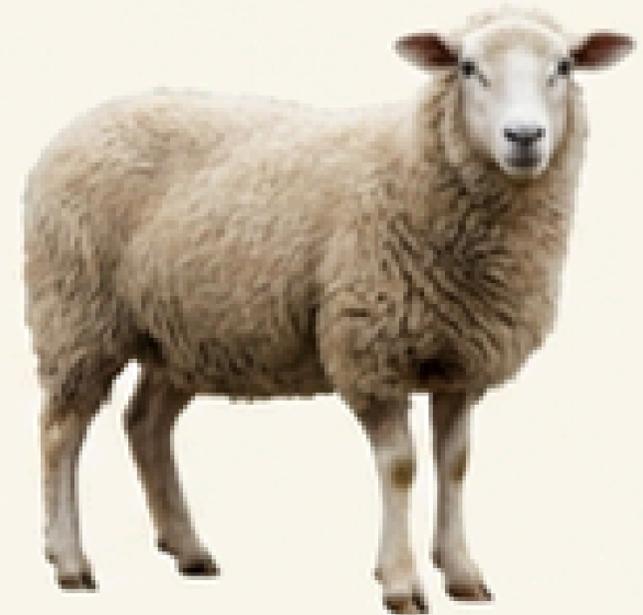
Κύκλωσε τη σωστή λέξη.



Ποιο ζώο είναι;



Ποιο ζώο είναι;



Ποιο ζώο είναι;

Δραστηριότητα 1: Αντιστοίχιση

Ένωσε την εικόνα με τη σωστή λέξη!



ΤΑΥΡΟΣ

ΒΟΔΙ

ΑΓΕΛΑΔΑ

ΜΟΣΧΑΡΙ

Ένωσε τα ζευγάρια

Ένωσε τον μπαμπά με τη μαμά.



Κριός ●

● Γίδα



Τράγος ●

● Προβατίνα



Βρες το σωστό!

Κύκλωσε τη σωστή λέξη.



Ποιο ζώο είναι;



Ποιο ζώο είναι;



Ποιο ζώο είναι;

Δραστηριότητα 1: Αντιστοίχιση

Ένωσε την εικόνα με τη σωστή λέξη!



ΤΑΥΡΟΣ

ΒΟΔΙ

ΑΓΕΛΑΔΑ

ΜΟΣΧΑΡΙ

Ένωσε τα ζευγάρια

Ένωσε τον μπαμπά με τη μαμά.



Κριός ●

● Γίδα



Τράγος ●

● Προβατίνα



Δραστηριότητα 1: Βρες τη Φωνή!

Ακούστε τον ήχο... Ποιο ζώο είναι?



2. ΜΠΕΞΕΙ!



1. Μουουου!



3. Γκα γκα!

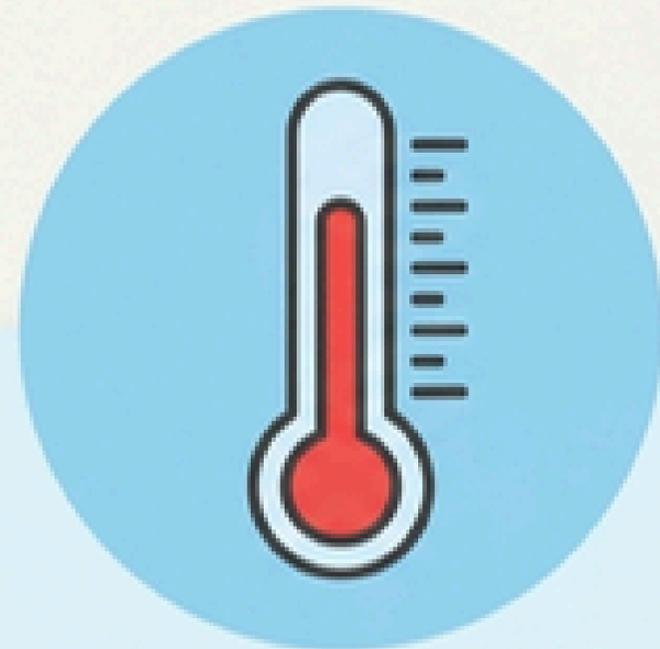
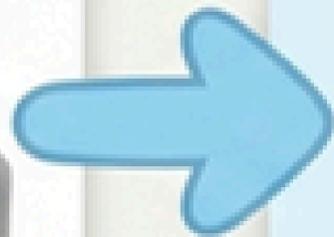
Δραστηριότητα 2: Ποιος δεν ταιριάζει;

Κοιτάξτε τις εικόνες. Ποιο ζώο **ΔΕΝ** μας δίνει γάλα;
Ποιο ζώο δεν ζει στη φάρμα;



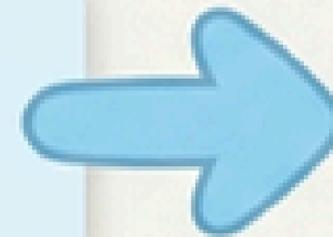
Πώς το γάλα γίνεται ασφαλές;

Το γάλα φεύγει από τη φάρμα και πάει στο εργοστάσιο. Εκεί πρέπει να καθαριστεί.



Παστερίωση

Ζεσταίνουμε το γάλα για λίγο για να διώξουμε τα 'κακά μικρόβια'.



Έτσι, είναι ασφαλές και μπορούμε να το πιούμε άφοβα!

Η Μαγεία του Γιαουρτιού

Πώς φτιάχνουμε γιαούρτι;

1. Παίρνουμε το γάλα.
2. Βάζουμε μέσα “καλά μικρόβια” (καλλιέργεια).
3. Το κρατάμε ζεστό για μερικές ώρες.

Τα “καλά μικρόβια” αγκαλιάζουν το γάλα και το κάνουν πηχτό και δροσερό!



Ψύξη στους 4°C για να σταματήσει η ζύμωση.

Πώς φτιάχνουμε Τυρί και Κασέρι;

Γενικό Τυρί



Για να φτιάξουμε τυρί, βάζουμε στο γάλα την 'Πυτιά'. Αυτή χωρίζει το γάλα σε στερεό (τυρί) και υγρό (τυρόγαλο).

Το Κασέρι είναι ξεχωριστό!



Ο τυροκόμος το ζυμώνει σαν ζυμάρι με τα χέρια του για να γίνει ελαστικό. Μετά το βάζει σε καλούπια για να ξεκουραστεί.

Τα πάντα για τη Φέτα!



Φτιάχνεται μόνο από πρόβειο και γίδινο γάλα.
Περιέχει πολύ πρόβειο γάλα και λίγο γίδινο.



Έχει αλμυρή γεύση και άσπρο χρώμα.
Τη συντηρούμε μέσα σε υγρό που λέγεται άλμη.



Δεν έχει καθόλου συντηρητικά.
Είναι ένα φυσικό προϊόν χωρίς χημικά πρόσθετα.

Γιατί είναι ένα
ξεχωριστό τυρί;



Έχει σήμανση Π.Ο.Π.
Σημαίνει "Προστατευόμενη
Όνομασία Προέλευσης".



Το όνομα "Φέτα" είναι
προστατευμένο.

Μόνο το τυρί που φτιάχνεται
στην Ελλάδα με τον σωστό τρόπο
μπορεί να λέγεται έτσι.

Που παράγεται η φέτα;



Δραστηριότητα 3: Βάλε τη σειρά!

Ποιο γίνεται πρώτο; Ποιο δεύτερο; Ποιο τρίτο;



1.

2.

3.

Χτίζοντας το Σώμα μας

Γιατί πρέπει να τρώμε γαλακτοκομικά?



Ασβέστιο: Είναι τα 'τούβλα' που χτίζουν γερά κόκαλα και δόντια.

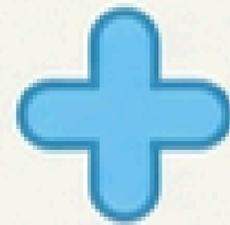


Πρωτεΐνη: Δίνει δύναμη στους μύες μας για να τρέχουμε και να παίζουμε.

Χωρίς αυτά, το σώμα μας δεν μπορεί να ψηλώσει!

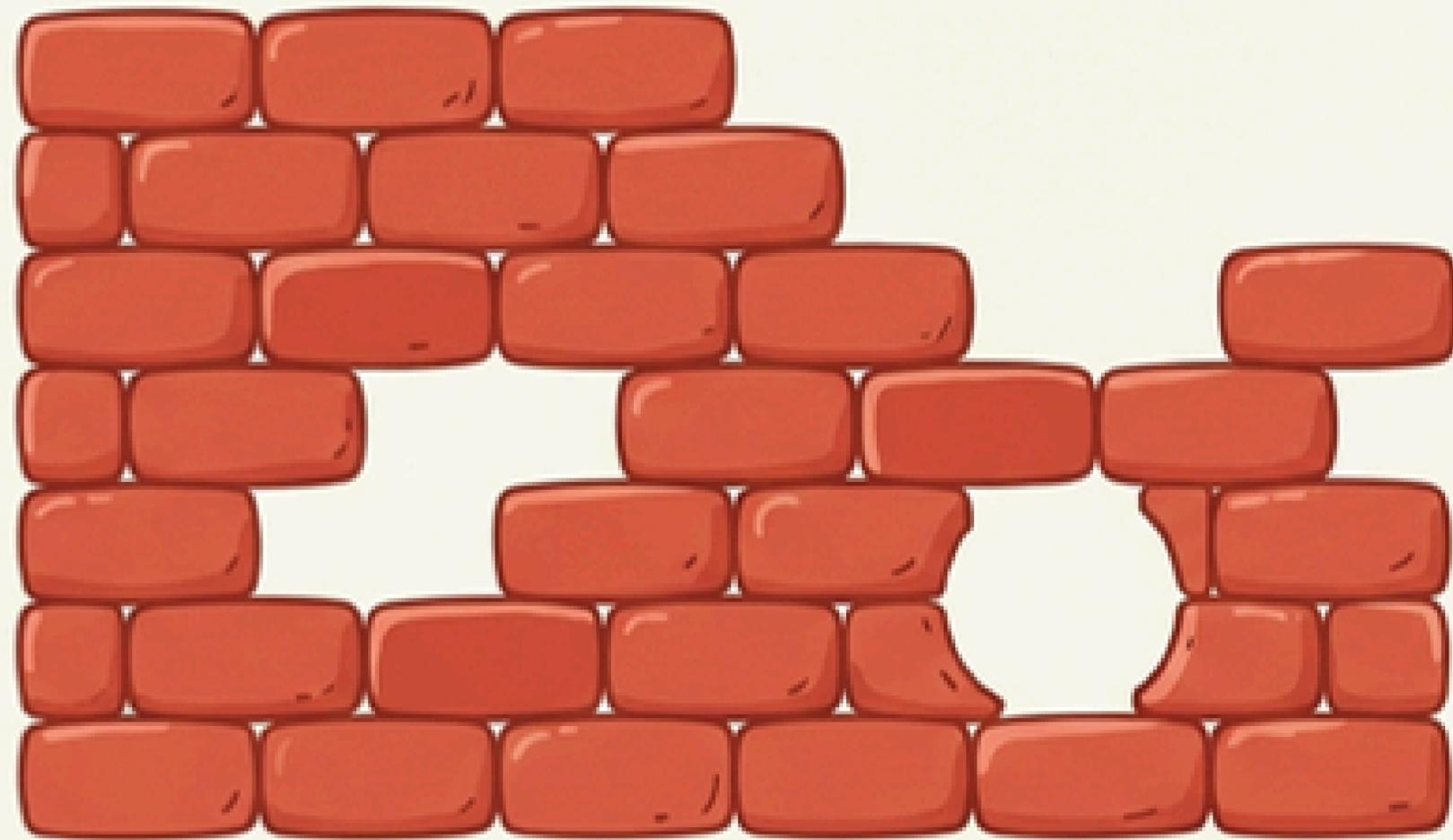
Η Ενέργεια και η Ασπίδα μας

Το γάλα είναι γεμάτο βιταμίνες!



Βιταμίνες (A, D, B12): Λειτουργούν σαν μπαταρία. Μας γεμίζουν ενέργεια. Μας προστατεύουν για να μην αρρωσταίνουμε εύκολα. Είναι η φυσική μας 'ασπίδα' κατά των μικροβίων.

Δραστηριότητα 5: Το Τείχος του Ασβεστίου



Γάλα



Τυρί



Γιαούρτι

Ο τοίχος έσπασε! Χρειαζόμαστε Ασβέστιο για να τον φτιάξουμε.
Δείξε με το δάχτυλο ποια τρόφιμα πρέπει να βάλουμε στα κενά
για να γίνει ο τοίχος γερός ξανά.

Δραστηριότητα 6: Το Υγιεινό Πρωινό

Θέλουμε να ξεκινήσουμε τη μέρα μας δυνατά! Ποια τρόφιμα θα διαλέξεις για το πρωινό σου;

